Feuchtgebiete in der Wohnung

Angesichts steigender Heizkosten wollen viele Deutsche, einer Umfrage zufolge, weniger lüften, um die Wärme in der Wohnung zu halten. **Doch viele Sparfüchse werden dafür wohl einen hohen Preis bezahlen.**
Denn Schimmelpilze sind gerade im in den kalten Monaten extrem verbreitet – gerade zur Übergangszeit befallen sie gerne Wohnungen. Schimmel ist auch nicht auf alte oder schlecht gebaute Wohnungen beschränkt. Selbst Neubauten können so stark verschimmelt sein, dass ihre Bewohner flüchten müssen.
Richtiges Lüftungsverhalten hingegen setzt das Risiko eines Befalls fast auf null.

Feuchtigkeit gleich Silberfische / Schimmel !

Schimmelpilze wachsen, wo sich feuchte Luft an kalten Oberflächen niederschlägt. Dabei muss sich kein Tauwasser bilden. Es reicht schon, wenn die relative Luftfeuchtigkeit auf der Oberfläche längere Zeit über 60% beträgt. Dazu kommt, dass die Pilze, hinsichtlich der Temperatur, wenig wählerisch sind. Schimmel hat bei niedriger Luftfeuchtigkeit so gut wie keine Chance. In den meisten Fällen sind regelmäßiges und ausreichendes Lüften sowie angemessene Raumtemperaturen die beste Vorbeugung.
Das Ziel: die 3-5 Liter Wasserdampf pro Person beim Duschen und Kochen aus der Wohnung zu bekommen.
Wenn Sie:
- viele Zimmerpflanzen haben/ - in der Wohnung trocknen / - ein Aquarium haben - Luftbefeuchter nutzen / -…. müssen Sie noch konsequenter lüften, da dies die Dampfmenge noch mal deutlich erhöht.

Drei- bis viermal täglich

Experten empfehlen, **mindestens drei- bis viermal täglich zu lüften**. Vor allem im Winter, wenn die kalten Außenwände sehr anfällig für Schimmel sind, ist das Lüften effektiv. Denn die einströmende kalte Außenluft enthält wesentlich weniger Feuchtigkeit als die Zimmerluft – auch wenn es draußen regnet. Beim Erwärmen nimmt sie die Wohnfeuchte auf und befördert sie beim nächsten Lüften nach draußen.
Die Luftfeuchte sollte im Winter nicht über 50 Prozent steigen. (Ein Hygrometer hilft, die relative Luftfeuchte im Blick zu behalten.)
Ebenso wichtig ist ausreichendes Heizen: Schimmelexperte Johannes Zink empfiehlt, die **Hauptwohnräume auf mindestens 18 bis 20 Grad zu halten. In Schlafräumen sei eine Temperatur um die 16 Grad erlaubt. Wichtig: Türen zwischen warmen und kalten Räumen geschlossen halten.**

Richtiges Lüften und Heizen ist keine Hexerei

Regelmäßig:
Vor dem Schlafengehen und morgens gründliches Lüften zur Gewohnheit machen. Zu dieser Zeit ist die Luft in der Wohnung besonders feucht.
Direkt:
Beim Kochen, Baden ,Duschen oder Wäschetrocknen entstehende Feuchtigkeit direkt nach draußen abführen.
Die Zimmertür geschlossen halten, damit sich der Wasserdampf nicht in den übrigen Räumen verteilt.
Effektiv:
Stoßlüften – etwa zehn Minuten mit komplett geöffnetem Fenster (Raum für Raum) oder
Querlüften – etwa fünf Minuten alle Fenster komplett geöffnet (Durchzug).
Konsequent:
Wer tagsüber nicht zu Hause ist, sollte morgens, nach dem Heimkommen und vor dem Schlafengehen lüften. Feuchtigkeit wird ja während der Abwesenheit nicht freigesetzt.
Schlecht:
Querlüftung mit gekipptem Fenster und offener Innentür: bis 30 Minuten dauert es, bis die Luftfeuchte draußen ist.
Heizen:
Auch wenn Sie lange wegfahren: Stellen Sie die Heizung im Winter niemals ganz ab. So vermeiden Sie ein feucht-kaltes Raumklima. Zudem ist ständiges Aufheizen und Abkühlen teurer, als das Beibehalten einer niedrigen Durchschnittstemperatur.
Abstand halten:
Stellen Sie große Möbel möglichst 10 cm von den Außenwänden entfernt auf. Das ermöglicht bessere Luftzirkulation. Außerdem kann Ihren Möbeln so weniger passieren.

Ich hoffe, ich habe Ihnen hiermit, ein paar wichtige Tipps zum Erhaltung Ihrer Gesundheit und der Wohnung geben können.